

Unterrichtsmaterial 3. Zyklus

«Einflüsse von Alkohol und Substanzen auf die Verkehrssicherheit»





Übersicht «Einflüsse von Alkohol und Substanzen auf die Verkehrssicherheit» 3. Zyklus

1/3

Nr.	Thema	Worum geht es? / Ziele	Inhalt und Action	Sozialform	Material	Zeit
1	Einführung: Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit	<p>Die SuS können die Wirkung von Alkohol, Drogen und Medikamenten auf den Körper beschreiben.</p> <p>Die SuS können verstehen, wie diese Substanzen die Fahrtüchtigkeit und Sicherheit im Verkehr beeinträchtigen.</p> <p>Die SuS können die Gefahren des Substanzkonsums im Verkehr reflektieren und ihre Verantwortung im Strassenverkehr erkennen.</p>	<p>Die SuS tauschen sich über ihre bisherigen Kenntnisse und Erfahrungen zu Substanzen und Verkehrssicherheit aus.</p> <p>Die Lehrperson erklärt die Wirkung von Alkohol, Drogen und Medikamenten auf den Körper sowie deren Einfluss auf die Fahrtüchtigkeit.</p> <p>Die SuS sehen kurze Videoclips, die reale Szenarien und die Konsequenzen von Substanzkonsum im Verkehr zeigen.</p> <p>Die SuS diskutieren, welche Gefahren durch den Konsum von Substanzen entstehen und welche Verantwortung jede:r Einzelne im Verkehr trägt.</p>	EA / PA / Plenum	<p>Arbeitsblätter</p> <p>Lösungsvorschläge</p>	90'
2	Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit	<p>Die SuS können erklären, wie Substanzen wie Alkohol, Drogen und Medikamente die Wahrnehmung, Reaktionszeit und Entscheidungsfähigkeit beeinflussen.</p> <p>Sie können durch Experimente und Simulationen die Gefährlichkeit des Fahrens unter Substanzeinfluss erkennen.</p>	<p>Die SuS testen mit Hilfe von Rauschbrillen oder anderen Hilfsmitteln, wie Substanzen die Wahrnehmung verzerren.</p> <p>Die SuS erfahren durch Simulationen, wie Reaktionszeiten unter Substanzeinfluss verlängert werden.</p>	GA / PA / EA / Plenum	<p>Arbeitsblätter</p> <p>Lineal, Stoppuhr, Brillen mit Folie oder Rauschbrillen</p> <p>Alltagsgegenstände (z. B. Stifte, Flaschen/Hütchen für Parours)</p> <p>Lösungsvorschläge</p>	90'
3	Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr	<p>Die SuS können die gesetzlichen Regelungen und Strafen für das Fahren unter Substanzeinfluss beschreiben.</p> <p>Sie können die ethische Verantwortung im Strassenverkehr reflektieren.</p>	<p>Die SuS analysieren reale Fälle von Unfällen unter Substanzeinfluss.</p> <p>Die SuS überprüfen ihr Wissen zu rechtlichen Grundlagen.</p> <p>Die SuS diskutieren die Verantwortung jeder Person im Strassenverkehr.</p>	EA / PA – EA / PA	<p>Arbeitsblätter</p> <p>Notizmaterial</p>	45'



Übersicht «Einflüsse von Alkohol und Substanzen auf die Verkehrssicherheit» 3. Zyklus

2/3

Nr.	Thema	Worum geht es? / Ziele	Inhalt und Action	Sozialform	Material	Zeit
4	Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle	Die SuS können Strategien und Alternativen entwickeln, um nach Substanzkonsum sicher nach Hause zu gelangen.	Die SuS erarbeiten sichere Alternativen wie Mitfahrgelegenheiten oder die Nutzung des ÖVs. Die SuS üben, wie sie in schwierigen Situationen Verantwortung übernehmen können. Die SuS tauschen sich über praktikable Lösungen aus.	Plenum – PA / GA – EA	Szenario-Karten Arbeitsblatt: Strategien für den Heimweg Checkliste: Meine persönliche Notfallstrategie Schreibmaterial	90'
5	Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis	Die SuS können kreative Präventionskampagnen entwickeln, um das Bewusstsein für die Gefahren von Substanzen im Verkehr zu stärken. Sie können Verantwortung gegenüber ihrem sozialen Umfeld übernehmen	Die SuS erstellen Plakate oder Social-Media-Kampagnen. Die SuS präsentieren ihre Projekte in der Klasse und reflektieren ihre Wirkung.	EA - EA / PA	Arbeitsblätter Präsentation 05a (benötigt Internetverbindung für Videos) Tablet / Laptop	90'
6	Lernkontrolle (digital und analog)	Die SuS können das Gelernte aktiv anwenden und ihren Wissenstand überprüfen.	Die SuS bearbeiten die Lernkontrolle und wenden ihr Wissen und die erworbenen Kompetenzen an. Die Lernkontrolle kann analog oder digital bearbeitet werden.	EA / PA	Arbeitsblätter (analog) PC / Tablet / Laptop (digital) Lösungsvorschläge	90'

Die Zeitangaben sind Annahmen für den ungefähren Zeitrahmen und können je nach Klasse, Unterrichtsniveau und -intensität schwanken!



Übersicht «Einflüsse von Alkohol und Substanzen auf die Verkehrssicherheit» 3. Zyklus


3/3

Lehrplanbezug (LP 21)

Zyklus 3

RZG.2.4	Die Schülerinnen und Schüler können Mobilität und Transport untersuchen .
RZG.2.4b	Die Schülerinnen und Schüler können die Auswirkungen von Transport und Mobilität auf Mensch, Umwelt und Raumstrukturen untersuchen und benennen. Stichworte: öffentlicher Verkehr, Individualverkehr.
RZG.2.4c	Die Schülerinnen und Schüler kennen Kriterien für ein nachhaltiges und sicheres Mobilitätsverhalten und können diese für die Reflexion des eigenen Mobilitätsverhaltens anwenden.
BS.5.1	Die Schülerinnen und Schüler können verantwortungsbewusst auf verschiedenen Unterlagen gleiten, rollen und fahren.
WAH.4.1	Die Schülerinnen und Schüler können das Zusammenspiel unterschiedlicher Einflüsse auf die Gesundheit erkennen und den eigenen Alltag gesundheitsfördernd gestalten
BNE	Die Schülerinnen und Schüler befassen sich mit Krankheit, gesundheitlichen Risiken und Unfällen und erkennen vielfältige Einflüsse auf die Gesundheit. Sie diskutieren und erproben Handlungsmöglichkeiten und Gewohnheiten, die Gesundheit und Wohlbefinden erhalten und fördern.

Ergänzungen/Varianten

Legende	EA = Einzelarbeit / Plenum = die ganze Klasse / GA = Gruppenarbeit / PA = Partnerarbeit / SuS = Schülerinnen und Schüler / LP = Lehrperson		
Realisiert dank finanzieller Unterstützung durch	Fonds für Verkehrssicherheit FVS Monbijoustrasse 43 3011 Bern +41 (0)31 350 51 11 info@fvs.ch www.fvs.ch		Fonds für Verkehrssicherheit FVS Fonds de sécurité routière FSR Fondo di sicurezza stradale FSS
Digitale Lernkontrolle (eTest)	https://kikcom-lernzenter-3.ispringlearn.com/app/preview/4a8bfc04-5276-11f0-a9b0-c6b8219c7e4d		
Empfohlene Links	PUSCH Magazin: Nachhaltig unterwegs in der Freizeit https://pusch.ch/magazin/artikel/nachhaltige-mobilitaet Digitale Tools zum Thema «Sicher und nachhaltig unterwegs»: https://learningapps.org/user/kiknet (Ordner: Verkehr und Sicherheit)		

Einführung: Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Informationen für Lehrpersonen



1/8

Arbeitsauftrag	<p>Die SuS tauschen sich über ihre bisherigen Kenntnisse und Erfahrungen zu Substanzen und Verkehrssicherheit aus.</p> <p>Die Lehrperson erklärt die Wirkung von Alkohol, Drogen und Medikamenten auf den Körper sowie deren Einfluss auf die Fahrtüchtigkeit.</p> <p>Die SuS sehen kurze Videoclips, die reale Szenarien und die Konsequenzen von Substanzkonsum im Verkehr zeigen.</p> <p>Die SuS diskutieren, welche Gefahren durch den Konsum von Substanzen entstehen und welche Verantwortung jede:r Einzelne im Verkehr trägt.</p>
Ziel	<p>Die SuS können die Wirkung von Alkohol, Drogen und Medikamenten auf den Körper beschreiben.</p> <p>Die SuS können verstehen, wie diese Substanzen die Fahrtüchtigkeit und Sicherheit im Verkehr beeinträchtigen.</p> <p>Die SuS können die Gefahren des Substanzkonsums im Verkehr reflektieren und ihre Verantwortung im Strassenverkehr erkennen.</p>
Material	<p>Arbeitsblätter</p> <p>Lösungsvorschläge</p>
Sozialform	EA / PA / Plenum
Zeit	90'

Zusätzliche
Informationen:

- Alkohol am Steuer: <https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/alkohol.php>
- Drogen am Steuer: <https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/drogen-am-steuer.php>
- Alkohol Vs. Cannabis am Steuer: <https://www.youtube.com/watch?v=qD492CWEGG0&t=42s>
- Medikamente am Steuer: <https://www.bfu.ch/de/ratgeber/medikamente-am-steuer>
<https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/medikamente.php>
- Mind-Map erstellen: <https://mind-map-online.de/>

Einführung: Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Informationen für Lehrpersonen



2/8

Die Wirkung von Alkohol, Drogen und Medikamenten auf die Fahrtüchtigkeit



Lesetext für Lehrpersonen

Der Konsum von Alkohol, Drogen und bestimmten Medikamenten kann schwerwiegende Auswirkungen auf den Körper haben. Diese Substanzen verändern die Funktionsweise des Gehirns und anderer Körpersysteme, was besonders im Strassenverkehr gefährlich werden kann.

Alkohol beeinflusst die Wahrnehmung und Reaktionszeit bereits in geringen Mengen. Nach dem Konsum von Alkohol wird das Sichtfeld eingeschränkt, Bewegungen werden langsamer und die Fähigkeit, Entfernungen oder Geschwindigkeiten korrekt einzuschätzen, nimmt ab. Schon ein Glas Bier oder Wein kann dazu führen, dass die Reaktionszeit so stark verlängert wird, dass kritische Situationen im Strassenverkehr nicht mehr rechtzeitig erkannt und gehandelt werden können.

Drogen wie Cannabis, Kokain oder Ecstasy haben je nach Art der Substanz unterschiedliche Auswirkungen. Cannabis kann beispielsweise die Konzentration und das Kurzzeitgedächtnis beeinträchtigen, während Kokain zu riskantem Verhalten und falscher Selbsteinschätzung führen kann. Andere Substanzen wie LSD oder halluzinogene Pilze können die Wahrnehmung völlig verzerren, was die Kontrolle über ein Fahrzeug unmöglich macht.

Auch **Medikamente** können die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen, selbst wenn sie legal und ärztlich verschrieben sind. Beruhigungsmittel, Schlafmittel oder starke Schmerzmittel verlangsamen die Reaktion und können Schläfrigkeit verursachen. Es ist wichtig, die Beipackzettel genau zu lesen und ärztlichen Rat einzuholen, wenn man sich unsicher ist, ob ein Medikament die Fähigkeit zur sicheren Teilnahme am Strassenverkehr beeinträchtigt.

Die **Kombination verschiedener Substanzen**, wie Alkohol und Medikamente, kann die Wirkung verstärken und die Risiken erheblich erhöhen. Solche Wechselwirkungen sind oft unvorhersehbar und führen nicht selten zu einer völligen Überforderung der Sinne.

Im Strassenverkehr ist es entscheidend, stets wachsam und handlungsfähig zu bleiben. Bereits kleine Beeinträchtigungen können dazu führen, dass wichtige Entscheidungen zu spät oder falsch getroffen werden – mit möglicherweise lebensbedrohlichen Folgen. Daher gilt: Wer Substanzen konsumiert hat, sollte niemals ein Fahrzeug steuern.

Ein verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol, Medikamenten und anderen Substanzen schützt nicht nur einen selbst, sondern auch alle anderen Verkehrsteilnehmenden.

Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Arbeitsmaterial



3/8

Einstieg - Kurzdiskussion



Lest zu zweit die nachfolgenden Aussagen und Behauptungen durch.
Diskutiert, ob ihr damit einverstanden seid und ob die Inhalte eurer Meinung nach korrekt sind.

Warum sollte man im Strassenverkehr auf Alkohol, Drogen und bestimmte Medikamente verzichten?

.....

.....

Ist Alkohol im Strassenverkehr immer gefährlich, egal mit welchem Verkehrsmittel?

.....

.....

Sollte die Alkoholgrenze (unter 0.5 Promille) für Autofahrende in der Schweiz geändert werden?

Wenn ja, nach unten oder nach oben und wieso?

.....

.....

Sollten Unfälle unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen strenger bestraft werden?

.....

.....

Ist Alkohol am Steuer nur für Autofahrende gefährlich oder auch für Velo- und Mofa-Fahrende?

.....

.....

Wie sieht es mit FäG (fahrzeugähnliche Geräte) aus?

.....

.....

Beeinflussen alle Substanzen die Fahrtüchtigkeit gleichermassen?

.....

.....

Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Arbeitsmaterial



4/8

Kenntnisse und Erfahrungen



Notiere drei Situationen, in denen du oder jemand in deinem Umfeld über Substanzen im Zusammenhang mit Verkehr nachgedacht oder gesprochen hat. Teile eine davon in der Gruppe.

Erstellt anschliessend in einer Gruppe zu viert eine Mindmap mit ihren bisherigen Kenntnissen zu Substanzen und Verkehrssicherheit.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Arbeitsmaterial



5/8

Lückentext



Fehlende Wörter:

falsch, lebensbedrohlichen, Alkohol, Beeinträchtigungen, Gehirn, Schmerzmittel, Schlafmittel, Alkohol, Medikamenten, Strassenverkehr, Geschwindigkeiten, Drogen, Beipackzettel, unvorhersehbar, Wein, Reaktionszeit, kritische, LSD, halluzinogene, Medikamente, Sichtfeld, Konzentration, Kurzzeitgedächtnis, Drogen, Beruhigungsmittel, langsamer, Selbsteinschätzung, Wahrnehmung, Bier, Medikamente, wachsam, Schläfrigkeit, verantwortungsvoller, Strassenverkehr, Verkehrsteilnehmenden, Alkohol, legal, verstärken, handlungsfähig, niemals, erhöhen, Sinne

Der Konsum von _____, _____ und bestimmten _____ kann schwerwiegende Auswirkungen auf den Körper haben. Diese Substanzen verändern die Funktionsweise des _____ und anderer Körpersysteme, was besonders im _____ gefährlich werden kann.

_____ beeinflusst die Wahrnehmung und _____ bereits in geringen Mengen. Nach dem Konsum von Alkohol wird das _____ eingeschränkt, Bewegungen werden _____ und die Fähigkeit, Entfernungen oder _____ korrekt einzuschätzen, nimmt ab. Schon ein Glas _____ oder _____ kann dazu führen, dass die Reaktionszeit so stark verlängert wird, dass _____ Situationen im Strassenverkehr nicht mehr rechtzeitig erkannt und gehandelt werden können.

_____ wie Cannabis, Kokain oder Ecstasy haben je nach Art der Substanz unterschiedliche Auswirkungen. Cannabis kann beispielsweise die _____ und das _____ beeinträchtigen, während Kokain zu riskantem Verhalten und falscher _____ führen kann. Andere Substanzen wie _____ oder _____ Pilze können die _____ völlig verzerren, was die Kontrolle über ein Fahrzeug unmöglich macht.

Auch _____ können die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen, selbst wenn sie _____ und ärztlich verschrieben sind. _____, _____ oder starke _____ verlangsamen die Reaktion und können _____ verursachen. Es ist wichtig, die _____ genau zu lesen und ärztlichen Rat einzuholen, wenn man sich unsicher ist, ob ein Medikament die Fähigkeit zur sicheren Teilnahme am _____ beeinträchtigt.

Die Kombination verschiedener Substanzen, wie _____ und _____, kann die Wirkung _____ und die Risiken erheblich _____. Solche Wechselwirkungen sind oft _____ und führen nicht selten zu einer völligen Überforderung der _____.

Im Strassenverkehr ist es entscheidend, stets _____ und _____ zu bleiben. Bereits kleine _____ können dazu führen, dass wichtige Entscheidungen zu spät oder _____ getroffen werden – mit möglicherweise _____ Folgen. Daher gilt: Wer Substanzen konsumiert hat, sollte _____ ein Fahrzeug steuern.

Ein _____ Umgang mit Alkohol, Medikamenten und anderen Substanzen schützt nicht nur einen selbst, sondern auch alle anderen _____.

Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Lösungsvorschlag



6/8

Lösungsvorschlag

Einstieg: Kurzdiskussion - Inputs und Hintergrundinformationen

1. Warum sollte man im Strassenverkehr auf Alkohol, Drogen und bestimmte Medikamente verzichten?

Wer sich im Strassenverkehr bewegt, sollte wach und aufmerksam sein. Alkohol, Drogen und manche Medikamente können das Reaktionsvermögen und die Wahrnehmung beeinträchtigen. Das kann schnell gefährlich werden – für sich selbst und andere.

Anmerkung: Manche Medikamente haben keine Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit, andere (z. B. Beruhigungsmittel oder starke Schmerzmittel) können die Aufmerksamkeit und Reaktionszeit stark beeinflussen. Deshalb ist es wichtig, Beipackzettel zu lesen und bei Unsicherheiten nachzufragen.

2. Ist Alkohol im Strassenverkehr immer gefährlich, egal mit welchem Verkehrsmittel?

Ja, Alkohol ist immer ein Risiko – egal, ob man zu Fuss, mit dem Fahrrad oder dem Auto unterwegs ist. Wer schneller unterwegs ist, hat jedoch weniger Zeit zu reagieren. Deshalb gibt es für Autofahrende eine klare Promillegrenze. Aber auch auf dem Velo oder Mofa kann Alkohol zu Unfällen führen.

Anmerkung: Alkohol beeinflusst die Reaktionsfähigkeit immer – unabhängig davon, womit man unterwegs ist. Auch wenn es für Velofahrende und Mofas keine feste Promillegrenze gibt, kann starkes Trinken gefährlich werden.

3. Sollte die Alkoholgrenze für Autofahrende (unter 0.5 Promille) in der Schweiz geändert werden?

Manche finden, dass schon kleine Mengen Alkohol die Fahrtüchtigkeit verschlechtern und deshalb strengere Regeln nötig wären. Andere sind der Meinung, dass die aktuelle Grenze eine gute Lösung ist, weil sie einen Kompromiss zwischen Sicherheit und persönlicher Freiheit darstellt.

Anmerkung: Für Neulenkler:innen, Berufschaffeur:innen und gewisse andere Gruppen gilt bereits eine tiefere Grenze von 0.1 Promille. Das zeigt, dass bei höherem Risiko strengere Regeln gelten.

4. Sollten Unfälle unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen strenger bestraft werden?

Viele Menschen sind für strengere Strafen, weil Trinken oder Drogenkonsum am Steuer eine bewusste Entscheidung ist, die andere gefährden kann. Andere finden, dass die heutigen Strafen ausreichen und dass Prävention wichtiger ist als Bestrafung.

Anmerkung: Es könnte spannend sein, zu vergleichen, wie andere Länder mit diesem Thema umgehen. Auch die Frage, ob Wiederholungstäter:innen härter bestraft werden sollten, kann diskutiert werden.

Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Lösungsvorschlag



7/8

5. Ist Alkohol am Steuer nur für Autofahrende gefährlich oder auch für Velo- und Mofa-Fahrende?

Nein, auch wer Velo oder Mofa fährt, trägt Verantwortung. Alkohol kann das Gleichgewicht und die Aufmerksamkeit beeinträchtigen, was schnell zu gefährlichen Situationen führen kann.

Anmerkung: Es gibt in der Schweiz keine fixe Promillegrenze für Velofahrende oder Mofa-Fahrende. Aber wer betrunken fährt und dabei erwischt wird, kann bestraft werden. Ein Unfall kann sogar Auswirkungen auf den Führerausweis haben.

6. Wie sieht es mit fahrzeugähnlichen Geräten (z.B. E-Scooter / Skateboards) aus?

FäG wie Skateboards oder E-Scooter werden immer beliebter. Wer mit ihnen unterwegs ist, sollte sich bewusst sein, dass Alkohol oder Drogen die Reaktionsfähigkeit beeinträchtigen können. Auch wenn es keine feste Promillegrenze gibt, kann ein Unfall ernste Folgen haben.

Anmerkung: Unfälle mit FäG nehmen in der Schweiz zu. Besonders gefährlich ist es, wenn sie unter Substanzeinfluss genutzt werden. Auch hier kann es zu rechtlichen Konsequenzen kommen.

7. Beeinflussen alle Substanzen die Fahrtüchtigkeit gleichermassen?

Die meisten Substanzen – ob Alkohol, Drogen oder manche Medikamente – können die Reaktionszeit, Konzentration oder das Urteilsvermögen verschlechtern. Das macht sie gefährlich für den Strassenverkehr.

Anmerkung: Die Auswirkungen verschiedener Substanzen auf die Fahrtüchtigkeit sind unterschiedlich. Studien zeigen, dass beispielsweise Cannabis die Reaktionszeit verlängern und das Urteilsvermögen beeinflussen kann. Mischkonsum, also die Kombination verschiedener Substanzen, kann diese Effekte verstärken und besonders gefährlich machen.

Aktuelle Statistiken

Unfallzahlen 2023: Im Jahr 2023 ereigneten sich auf Schweizer Strassen insgesamt 18'254 Unfälle mit Personenschaden. Dabei wurden 236 Menschen getötet sowie 4'096 schwer und 17'404 leicht verletzt.

bfs.admin.ch

Alkoholbedingte Unfälle: 2023 wurden bei Alkoholunfällen im Strassenverkehr 506 Personen schwer verletzt und 31 getötet. Somit war Alkohol bei fast 12 % der Unfälle mit schweren Personenschäden die Ursache.

bfu.ch

Langfristige Entwicklung: Die Anzahl der im Strassenverkehr unter Alkoholeinfluss Schwerverletzten und Getöteten hat zwischen 1980 und 2023 deutlich abgenommen. In den letzten Jahren scheint sich diese Abnahme jedoch nicht fortzusetzen.

suchtschweiz.ch

Substanzen, Alkohol und Verkehrssicherheit

Lösungsvorschlag



8/8

Fallbeispiele und Erfahrungsberichte

Steigende Delikte im Kanton Luzern: Zwischen 2018 und 2023 wurden im Kanton Luzern insgesamt 42 Delikte im Zusammenhang mit Fahren unter Alkohol- oder Drogeneinfluss registriert. Die Zahlen schwanken pro Jahr zwischen 5 und 12 Fällen.

[luzernerzeitung.ch](https://www.luzernerzeitung.ch)

Gefahren durch Mischkonsum: Ein Bericht des Bundesamts für Gesundheit weist darauf hin, dass bei Mischkonsum von Alkohol und Drogen die Fahruntfähigkeit bereits bei niedrigeren Grenzwerten eintritt und eine Fahreignungsabklärung erforderlich ist.

[bag.admin.ch](https://www.bag.admin.ch)

Lückentext

Der Konsum von **Alkohol, Drogen** und bestimmten **Medikamenten** kann schwerwiegende Auswirkungen auf den Körper haben. Diese Substanzen verändern die Funktionsweise des **Gehirns** und anderer Körpersysteme, was besonders im **Strassenverkehr** gefährlich werden kann.

Alkohol beeinflusst die Wahrnehmung und **Reaktionszeit** bereits in geringen Mengen. Nach dem Konsum von Alkohol wird das **Sichtfeld** eingeschränkt, Bewegungen werden **langsamer** und die Fähigkeit, Entfernungen oder **Geschwindigkeiten** korrekt einzuschätzen, nimmt ab. Schon ein Glas **Bier** oder **Wein** kann dazu führen, dass die Reaktionszeit so stark verlängert wird, dass **kritische** Situationen im Strassenverkehr nicht mehr rechtzeitig erkannt und gehandelt werden können.

Drogen wie Cannabis, Kokain oder Ecstasy haben je nach Art der Substanz unterschiedliche Auswirkungen. Cannabis kann beispielsweise die **Konzentration** und das **Kurzzeitgedächtnis** beeinträchtigen, während Kokain zu riskantem Verhalten und falscher **Selbsteinschätzung** führen kann. Andere Substanzen wie **LSD** oder **halluzinogene** Pilze können die **Wahrnehmung** völlig verzerren, was die Kontrolle über ein Fahrzeug unmöglich macht.

Auch **Medikamente** können die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen, selbst wenn sie **legal** und ärztlich verschrieben sind. **Beruhigungsmittel, Schlafmittel** oder starke **Schmerzmittel** verlangsamen die Reaktion und können **Schläfrigkeit** verursachen. Es ist wichtig, die **Beipackzettel** genau zu lesen und ärztlichen Rat einzuholen, wenn man sich unsicher ist, ob ein Medikament die Fähigkeit zur sicheren Teilnahme am **Strassenverkehr** beeinträchtigt.

Die Kombination verschiedener Substanzen, wie **Alkohol** und **Medikamente**, kann die Wirkung **verstärken** und die Risiken erheblich **erhöhen**. Solche Wechselwirkungen sind oft **unvorhersehbar** und führen nicht selten zu einer völligen Überforderung der **Sinne**.

Im Strassenverkehr ist es entscheidend, stets **wachsam** und **handlungsfähig** zu bleiben. Bereits kleine **Beeinträchtigungen** können dazu führen, dass wichtige Entscheidungen zu spät oder **falsch** getroffen werden – mit möglicherweise **lebensbedrohlichen** Folgen. Daher gilt: Wer Substanzen konsumiert hat, sollte **niemals** ein Fahrzeug steuern.

Ein **verantwortungsvoller** Umgang mit Alkohol, Medikamenten und anderen Substanzen schützt nicht nur einen selbst, sondern auch alle anderen **Verkehrsteilnehmenden**.

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Informationen für Lehrpersonen



1/9

Arbeitsauftrag	<p>Die SuS arbeiten in Gruppen und Durchlaufen vier verschiedene Stationen. An jeder Station erleben sie in einem einfachen Selbstversuch oder Rollenspiel, wie Alkohol, Cannabis oder Medikamente die Wahrnehmung und Reaktionsfähigkeit beeinflussen.</p> <p>Sie dokumentieren ihre Beobachtungen und diskutieren die Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit. Im Anschluss folgt eine vertiefte Reflexion zu Risiken, Verantwortung im Strassenverkehr und Möglichkeiten, sich sicher zu organisieren, wenn Alkohol oder andere Substanzen konsumiert werden.</p>
Ziel	<p>Die SuS können beschreiben, wie Alkohol, Cannabis und Medikamente die Wahrnehmung, Koordination und Reaktion beeinflussen.</p> <p>Die SuS verstehen, wie diese Effekte zu gefährlichen Situationen im Strassenverkehr führen können.</p> <p>Die SuS reflektieren ihre Verantwortung im Verkehr und entwickeln Handlungsstrategien für den sicheren Heimweg nach einem Ausgang.</p> <p>Die SuS erkennen die Bedeutung von Prävention und verantwortungsbewusstem Verhalten.</p>
Material	<p>Arbeitsblätter</p> <p>Lineal, Stoppuhr, Brillen mit Folie oder Rauschbrillen</p> <p>Alltagsgegenstände (z. B. Stifte, Flaschen/Hütchen für Parcours)</p> <p>Lösungsvorschläge</p>
Sozialform	GA / PA / EA / Plenum
Zeit	90'

Zusätzliche
Informationen:

- Alkohol am Steuer:
<https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/alkohol.php>
- Drogen am Steuer:
<https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/drogen-am-steuer.php>
- Alkohol Vs. Cannabis am Steuer:
<https://www.youtube.com/watch?v=gD492CWEGG0&t=42s>
- Medikamente am Steuer:
<https://www.bfu.ch/de/ratgeber/medikamente-am-steuer>
<https://www.tcs.ch/de/testberichte-ratgeber/ratgeber/unfallursachen/medikamente.php>

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



2/9

Stationenarbeit: Wie beeinflussen Substanzen das Fahren?

Ihr arbeitet in kleinen Gruppen und durchlauft vier verschiedene Stationen. An jeder Station erfahrt ihr, wie Alkohol, Drogen oder Medikamente die Fahrtüchtigkeit beeinflussen. Lest die Anweisungen sorgfältig durch und führt die Aufgaben genau aus. Beobachtet, was passiert, und notiert eure Ergebnisse auf dem Arbeitsblatt.

Zu Beginn bildet ihr Gruppen mit jeweils **drei bis vier Personen**. Jede Gruppe startet an einer anderen Station und bleibt dort etwa **sieben Minuten**. In dieser Zeit führt ihr die vorgegebenen Aufgaben durch und beantwortet die dazugehörigen Fragen. Danach wechselt ihr zur nächsten Station, bis ihr alle vier Stationen absolviert habt.

Übersicht Stationen und Themen

Station	Thema	Lernform	Absolviert
1	Eingeschränkte Reaktion	Reaktionstest	0
2	Verschleierte Wahrnehmung	Parcours und Diskussion	0
3	Müdigkeit im Strassenverkehr	Reaktionsübung	0
4	Klare Entscheidungen in schwierigen Situationen	Rollenspiele	0

Das habe ich gelernt an den Stationen gelernt...

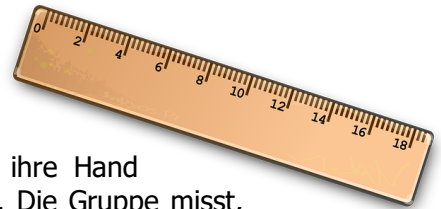
Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



3/9

Station 1: Eingeschränkte Reaktion



Test 1: Eine Person hält ein Lineal in der Luft. Die andere hält ihre Hand darunter. Sobald das Lineal losgelassen wird, muss sie es auffangen. Die Gruppe misst, bei welcher Zentimeterzahl das Lineal gefangen wurde.

Resultate (cm):

Test 2: Jetzt muss die Testperson sich 5-mal schnell um die eigene Achse drehen (was den Schwindel simuliert, den Alkohol verursachen kann). Danach wiederholt sie den Linealtest.

Resultate (cm):

Vergleich:

Wie hat sich die Reaktionszeit verändert?

Fühlte sich die Testperson unsicher oder schwindelig?

Notiert eure Ergebnisse:

Tauscht nun die Rollen und führt den Test noch einmal durch.

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



4/9

Station 2: Verschleierte Wahrnehmung

Setzt eine «Rauschbrille» oder eine Sonnenbrille mit Folie auf (sie macht das Sehen unscharf und verzögert Reaktionen).



Slalomlauf: Eine Person geht durch einen kleinen Slalom-Parcours aus Flaschen oder Hütchen.

Durchlaufzeit:

Vergleich: Danach geht dieselbe Person ohne Brille durch den Parcours.

Durchlaufzeit:

Diskussion in der Gruppe:

Wie hat sich das Sehvermögen verändert?

War es schwieriger, sich zu orientieren?

Schreibt eure Beobachtungen auf.

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



5/9

Station 3: Müdigkeit im Strassenverkehr

Test 1: Reaktionsspiel

Eine Person hält beide Hände hinter dem Rücken.
Eine andere Person klatscht plötzlich in die Hände.
Die erste Person muss so schnell wie möglich ihre Hand nach vorne bewegen und ein vor ihr liegendes Objekt greifen (z. B. einen Stift).
Zeit messen (Stoppuhr) oder einfach beobachten.

Reaktionszeit:



Test 2: Müdigkeit simulieren

Jetzt macht die Testperson dieselbe Aufgabe, schliesst aber vorher 10 Sekunden die Augen (so wird simuliert, dass Medikamente müde machen oder die Konzentration senken).
Dann muss sie wieder auf das Klatschen reagieren.

Reaktionszeit:

Vergleich: War sie langsamer? Hat sie das Objekt verfehlt?

Gruppendiskussion:

Wie hat sich die «Müdigkeit» auf die Reaktion ausgewirkt?
Warum ist es gefährlich, mit müden Augen oder Konzentrationsproblemen Auto zu fahren?
Schreibt eure Ergebnisse auf.

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



6/9

Station 4: Klare Entscheidungen in schwierigen Situationen

Rollenspiel:

Führt die nachfolgenden Situationen als Rollenspiele durch und diskutiert anschliessend die getroffenen Entscheidungen. Sind alle in der Gruppe damit einverstanden?

Situation A

Du bist gemeinsam mit einer Freundin unterwegs in der Stadt. Deine Freundin hat einen Cocktail getrunken, sagt aber: «Ach, das war kaum Alkohol – ich fahr uns schon heim mit dem E-Scooter.»

Wie geht die Szene weiter?

Situation B

Du fährst bei einem Freund auf dem Roller mit, der völlig überdreht ist und Witze darüber macht, wie schnell er fahren kann.

Wie verläuft die Diskussion, welche die beiden führen?

Situation C

Am Freitagabend nach der Schule habt ihr im Park ein bisschen gefeiert. Jetzt wollen alle nach Hause – mit dem Fahrrad. Du merkst, du bist leicht benebelt, da du ein paar Getränke mit Alkohol konsumiert hast.

Was diskutiert die Gruppen nun untereinander?

Situation D

Du bist als Beifahrerin im Auto von einer älteren Kollegin, die gerade sagt: «Nur ein Bier, das geht noch, oder?».

Wie reagierst du darauf und was antwortet die Fahrerin?

Situation E

Du fährst mit deinem Scooter am Sportplatz vorbei. Dein Freundeskreis hat sich dort getroffen, so dass du dich auch dazu gesellst. Im Verlaufe des Abends wird dir auch ein Joint (Cannabis) angeboten. Da du mit dem Scooter nach Hause fahren willst, lehnt du ab.

Wie reagiert die Gruppe darauf und welche Diskussion entsteht?

Diskussion (alle gemeinsam):

- Welche Situationen sind realistisch?
- Wie schwer fällt es manchmal, Nein zu sagen?
- Warum ist es wichtig, sich vorher schon zu überlegen, was man in solchen Momenten tun würde?

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



7/9

Fehlverhalten unter Alkoholeinfluss



Wenn man Alkohol getrunken hat, kann das die Leistung und die Gefühle verändern. Dadurch steigt das Risiko für Unfälle und Probleme im Strassenverkehr.

Ordne nun die Effekte von Alkohol (links) den passenden Problemen oder gefährlichen Verhaltensweisen (rechts) zu, die dadurch entstehen können. (Ein Effekt kann zu mehreren Problemen führen)

1. Gleichgewicht und Bewegung sind gestört.	a. Die Kurve wird geschnitten und es kommt fast zum Unfall
2. Man sieht nur noch, was direkt vor einem ist (Tunnelblick).	b. Jemand fährt in Schlangenlinien
3. Man kann Abstände und Distanzen schlecht einschätzen.	c. Jemand hupt völlig übertrieben, obwohl es keinen Grund gibt
4. Man erkennt die Farbe Rot schlechter.	d. Ein Motorradfahrer fährt ins bremsende Auto vor ihm
5. Die Augen gewöhnen sich schlechter an Licht und Dunkelheit.	e. Beim Einparken kracht es, weil die Person denkt, sie schafft das locker
6. Man reagiert langsamer und ist schnell abgelenkt.	f. Ein Lastwagen, der von rechts kommt, wird übersehen
7. Man denkt, man kann mehr, als man wirklich kann.	g. In der Nacht wird ohne oder mit zu schwachem Licht gefahren
8. Man nimmt mehr Risiken in Kauf.	h. Es wird mit viel zu hoher Geschwindigkeit überholt
9. Man wird hemmungslos oder sogar aggressiv.	i. Eine Mofafahrerin kippt beim Bremsen zur Seite

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Arbeitsmaterial



8/9

Diskussionsfragen

Welches sind die Hauptprobleme, die durch Fahren in angetrunkenem Zustand oder Fahren unter Drogen oder Medikamenteneinfluss entstehen? Lassen sich diese Probleme vermeiden?

Warum kommt es trotzdem zu Fahren in angetrunkenem Zustand?

Was, wenn man im Ausgang Alkohol konsumieren will? Wie kommt man nach Hause?
Wie kann man sich organisieren?

Auswirkungen auf die Fahrtüchtigkeit

Lösungsvorschlag



9/9

Fehlverhalten unter Alkoholeinfluss

1i, 1b, 2f, 3d, 3e, 4d, 5g, 6e, 6d, 7c, 7a, 7h, 8h, 8a, 9c, 9a, 9h

Welches sind die Hauptprobleme, die durch Fahren in angetrunkenem Zustand oder Fahren unter Drogen oder Medikamenteneinfluss entstehen?

Selbstgefährdung, Gefährdung von anderen und die u.U. enormen menschlichen und materiellen Folgekosten eines Unfalls. Die Lehrperson ergänzt, falls nicht alle drei wichtigen Bereiche genannt werden.

Lassen sich diese Probleme vermeiden?

Auf das Alkoholtrinken verzichten, wenn man ein Fahrzeug lenken will und wenn man alkoholisiert ist, das Fahren vermeiden. Man könnte meinen, dass das doch recht einfach umzusetzen wäre...

Deswegen die nächste Frage an die Schülerinnen und Schüler:

Warum kommt es trotzdem zu Fahren in angetrunkenem Zustand?

Mangelndes Wissen oder Fehleinschätzungen, Gruppensituationen, mangelnder Vorausblick, Risikosuche oder Verleugnung von Risiken Um Antworten auf diese Frage zu finden, könnten die Schülerinnen und Schüler auch Interviews machen (z.B. mit Fahrzeuglenkenden, Polizei).

Was, wenn man im Ausgang Alkohol konsumieren will? Wie kommt man nach Hause? Wie kann man sich organisieren? Diskutieren Sie mit Ihren Schülerinnen und Schülern.

Folgende Punkte sollten angesprochen werden:

- Eine Person bestimmen, die nüchtern bleibt und alle nach Hause bringt – dieser

Person werden zum Beispiel die Getränke bezahlt (vgl. z.B. www.bemyangel.ch).

- Öffentliche Verkehrsmittel benutzen.

- Sich abholen lassen.

- Sich gemeinsam ein Taxi leisten.

Wenn Ihre Schülerinnen und Schüler Folgendes nicht selbst ansprechen, weisen Sie darauf hin, dass alle diese Lösungen im Vorherein organisiert werden müssen. Denn ist man einmal alkoholisiert, kann man nicht mehr wirklich verantwortungsbewusst entscheiden. Man überschätzt die eigenen Fähigkeiten und wird risikobereiter.

Sich so abzusichern, bedeutet nicht, dass alles erlaubt ist. Ein Rausch sollte trotzdem auf jeden Fall vermieden werden: Er bedeutet ein Risiko z.B. für Aggressivität und Alkoholvergiftungen.

Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr

Informationen für Lehrpersonen



1/6

Arbeitsauftrag	<p>Einstieg: Wer trägt die Verantwortung? Die SuS lesen konkrete Situationen und beurteilen diese zu zweit, indem sie verschiedene Verhaltensalternativen diskutieren. Die Antworten können anschliessend im Plenum gesammelt, geordnet und diskutiert werden.</p> <p>Die SuS sehen einen oder mehrere Filme der Kampagne «Du entscheidest» an. Sie treffen die darin vorkommenden Entscheidungen und reflektieren diese anschliessend. Die Situationen und eigene Erkenntnisse können anschliessend auch im Plenum diskutiert werden.</p>
Ziel	<p>Die SuS setzen sich kritisch mit moralischen und ethischen Fragen im Zusammenhang mit Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr auseinander.</p> <p>Die SuS reflektieren soziale und emotionale Herausforderungen, die verschiedenen Situationen im Zusammenhang mit Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr entstehen können.</p>
Material	Arbeitsblätter Notizmaterial
Sozialform	EA / PA – EA / PA
Zeit	45'

Zusätzliche
Informationen:

- Interaktive Filme, BFU «Du entscheidest»:
<https://www.bfu.ch/de/ratgeber/du-entscheidest>

Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr

Arbeitsmaterial



2/6

Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr



Lies die nachfolgenden Situationsbeschreibungen durch und versetzen dich gedanklich hinein.
Diskutiert anschliessend zu zweit und haltet Stichworte zu Erkenntnissen und Uneinigkeiten fest.

Es ist Freitagabend. Du bist mit Freund:innen unterwegs, alle haben gute Laune.
Einer deiner Freunde hat Alkohol getrunken und sagt:

«Ich fahr dich mit dem Roller nach Hause, ist kein Problem.»

Du merkst aber: Er ist nicht mehr ganz nüchtern.

Was machst du?

Fährst du trotzdem mit? Sagst du etwas? Was ist deine Verantwortung – für dich selbst, für deine Freund:innen und für andere auf der Strasse?

Es ist spät abends. In der Klassengruppe kommt eine Nachricht:

«Mein grosser Bruder kann euch alle nach der Party heimfahren!»

Du weisst aber, dass der Bruder an diesem Abend Marihuana geraucht hat. Viele sind trotzdem froh – so müssen sie kein Taxi zahlen.

Was machst du?

Sprichst du die Person an? Sagst du etwas in der Gruppe? Oder tust du so, als wüsstest du von nichts? Gibt es noch andere Möglichkeiten

Du machst ein Praktikum in einer Firma. In der Pause siehst du, wie ein Mitarbeiter oder eine Mitarbeiterin Medikamente nimmt. Danach sagt die Person:

«Ich muss noch fahren, aber das merkt niemand. Ich fahr immer so.»

Du fragst dich: Können diese Medikamente das Fahren gefährlich machen?

Was kannst du tun?

Sprichst du die Person an? Sagst du jemand anderem Bescheid? Oder hältst du dich lieber raus, weil du ja «nur» Praktikant:in bist? Macht es einen Unterschied, ob die Fahrt privat oder im Job ist?

Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr

Arbeitsmaterial



3/6

Am Morgen liest du in den Nachrichten, dass es einen schlimmen Unfall in deiner Stadt gab. Die fahrende Person war laut Polizei unter Drogeneinfluss.

Du erinnerst dich: Du hast diese Person gestern Abend an einer Party gesehen – sie hat Drogen genommen und ist danach einfach gegangen. Niemand hat etwas gesagt.

Was denkst du jetzt?

Hätte der Unfall verhindert werden können? Wer trägt Verantwortung – nur die Person selbst oder auch die anderen?

Diskussionspunkte und Erkenntnisse

Hast du bereits selbst solche Situationen erlebt? Beschreibe diese und wie du reagiert hast.

Würdest du heute immer noch so reagieren? Warum (nicht)?



Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr

Arbeitsmaterial



4/6

Wie hättest du dich entschieden?



Wähle einen der drei Filme unter <https://www.bfu.ch/de/ratgeber/du-entscheidest> aus und triff die darin vorkommenden Entscheidungen.

Film 1 – Adnan: Boxkampf oder Autorennen?	Film 2 – Julien: Beeindrucken oder Hände weg vom Steuer?	Film 3 – Marco: Stress oder Povernap?
		

Meine Erkenntnisse aus dem gesehenen Film und den getroffenen Entscheidungen:

Verfasse eine eigene Szene, in welcher die Hauptperson aufgrund von getroffenen Entscheidungen im Strassenverkehr anschliessend die Konsequenzen davon tragen muss.

Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr

Lösungsvorschlag



5/6

Lösungsvorschlag

1. Alkohol am Steuer – Wer trägt die Verantwortung?

Lösungsmöglichkeiten

- Direkt eingreifen: Die betroffene Person überzeugen, nicht zu fahren (z. B. mit Humor, direkter Ansprache oder dem Vorschlag, gemeinsam eine Alternative zu suchen).
- Alternative organisieren: Taxi rufen, Eltern oder eine vertrauenswürdige Person um Abholung bitten, eine Übernachtung vorschlagen.
- Gemeinsamer Druck: Andere Freund:innen einbeziehen, um die betroffene Person zu überreden.
- Notfallschritt: Falls die Person nicht einsichtig ist, Schlüssel wegnehmen oder die Polizei informieren.

Hintergrund und Informationen

- Rechtlich: Wer zulässt, dass jemand betrunken fährt, kann sich mitschuldig machen (Mitverantwortung gemäss Art. 128 StGB, Unterlassene Hilfeleistung).
- Moralisch: Verantwortung nicht nur für sich selbst, sondern auch für andere Verkehrsteilnehmer:innen – ein Unfall kann Leben gefährden.
- Psychologisch: Gruppenzwang oder Angst vor Konfrontation hält viele davon ab, einzugreifen – deshalb ist es wichtig, Strategien für solche Situationen zu haben.

2. Marihuana und Fahruntüchtigkeit – Verantwortung der Gruppe?

Lösungsmöglichkeiten

- Person direkt ansprechen: Freundlich, aber bestimmt darauf hinweisen, dass Fahren unter Drogeneinfluss gefährlich und illegal ist.
- Gruppe mobilisieren: Andere in der Klassengruppe auffordern, die Person zu stoppen oder eine andere Lösung zu finden.
- Alternative vorschlagen: Taxi oder Elterntaxi organisieren, Fahrgemeinschaft ohne diese Person bilden.
- Wenn nötig: Polizei informieren: Falls niemand eingreift und die Person trotzdem fährt, kann ein Notruf Leben retten.

Hintergrund und Informationen

- Rechtlich: Nulltoleranz für illegale Substanzen (z. B. THC, Kokain) am Steuer in der Schweiz → sofortiger Führerscheinentzug & Strafverfahren.
- Fahrverhalten unter THC: Beeinträchtigung von Reaktionszeit, Aufmerksamkeit, Koordination → Unfallrisiko steigt.
- Soziale Verantwortung: Es ist leichter, sich gemeinsam als Gruppe gegen eine riskante Entscheidung zu stellen als alleine.

Verantwortung und Konsequenzen im Strassenverkehr

Lösungsvorschlag



6/6

3. Medikamente und Fahruntüchtigkeit – Einmischen oder nicht?

Lösungsmöglichkeiten

- Person darauf ansprechen: Nachfragen, ob das Medikament die Fahrtüchtigkeit beeinflussen könnte.
- Vorgesetzte oder Sicherheitsverantwortliche informieren: Falls Unsicherheit besteht, mit einer zuständigen Person sprechen.
- Kolleg:innen ins Gespräch einbinden: Falls andere ebenfalls Bedenken haben, gemeinsam handeln.

Hintergrund und Informationen

- Rechtlich: Auch legale Medikamente können die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen – die Verantwortung liegt sowohl bei der fahrenden Person als auch bei Vorgesetzten.
- Ethische Frage: Sollte man sich einmischen, auch wenn man „nur Praktikant:in“ ist? → Ja, denn es geht um Sicherheit.
- Risikowahrnehmung: Viele unterschätzen die Wirkung von Medikamenten wie Beruhigungsmitteln, starken Schmerzmitteln oder Schlafmitteln.

4. Unfall nach Drogenkonsum – Verantwortung nachträglich?

Lösungsmöglichkeiten

- Lehren daraus ziehen: In Zukunft aktiver eingreifen, wenn man eine ähnliche Situation beobachtet.
- Prävention im Umfeld fördern: Mit Freund:innen oder in der Schule über Verantwortung sprechen.
- Schuldfrage reflektieren: Niemand hat direkt den Unfall verursacht, aber durch Schweigen wurde das Risiko nicht verhindert.

Hintergrund und Informationen

- Mitschuld durch Unterlassen? Wer wusste, dass die Person nicht fahrfähig ist, trägt eine moralische und unter Umständen rechtliche Verantwortung.
- Was hätte getan werden können? Schlüssel wegnehmen, andere Personen zur Hilfe holen, Polizei informieren.
- Nachträgliche Konsequenzen: Zeugen können wichtige Hinweise für die Ermittlungen geben, auch wenn der Unfall bereits passiert ist.

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Informationen für Lehrpersonen



1/11

Arbeitsauftrag	Die SuS bearbeiten in Gruppen Alltagssituationen, in denen der sichere Heimweg nach dem Konsum von Substanzen nicht gewährleistet ist. Sie entwickeln praktische Strategien, präsentieren ihre Lösungen und reflektieren diese im Plenum. Abschliessend erstellen sie eine persönliche Notfallstrategie.
Ziele	Die SuS kennen verschiedene Möglichkeiten, nach dem Konsum von Substanzen sicher nach Hause zu gelangen. Sie entwickeln praxisnahe Handlungsstrategien für Notfallsituationen und reflektieren dabei ihre Verantwortung im Strassenverkehr sowie mögliche Risiken für sich und andere.
Material	Szenario-Karten Arbeitsblatt: Strategien für den Heimweg Checkliste: Meine persönliche Notfallstrategie Schreibmaterial
Sozialform	Plenum – PA / GA – EA
Zeit	90'

Zusätzliche
Informationen:

- Am Steuer nie
<https://www.amsteuernie.ch/de/finde-dein-praeventionsangebot-schulungen-simulatoren-tools/buche-unseren-workshop-fuer-die-oberstufenschule/>
- Be my Angel:
<https://www.bemyangel.ch/de/>
- <https://shop.addictionsuisse.ch/de/30-eltern?q=Reihen-Elternleitf%C3%A4den>
- Wayguard App: <https://www.axa.de/presse/begleit-app-wayguard-eine-million-mal-eingesetzt>
- Nez Rouge: <https://www.nezrouge.ch/de/Home/Nez-Rouge-Schweiz.html>

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Informationen für Lehrpersonen



2/11



Mögliche Einstiegsfrage an die Klasse

«Stell dir vor: Du bist an einer Party, hast etwas getrunken oder konsumiert – wie kommst du sicher nach Hause?»

Sammlung von ersten Ideen (Tafel / digitales Board)

Kurzer Austausch: Was ist keine gute Idee – und warum?

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Arbeitsmaterial



3/11

Szenarien-Workshop – Was tun im Notfall?



Teilt euch in Kleingruppen auf. Ihr wählt eines der Ausgangsszenarien aus. Diskutiert dieses in der Gruppe, beantwortet die Fragen und schreibt eure Notizen dazu auf. Jede Gruppe bearbeitet eine der folgenden Situationen:



Szenario 1

Du hast an einem Fest zwei Mischgetränke mit Alkohol konsumiert. Eigentlich wolltest du mit dem Bus nach Hause fahren, doch ihr habt die Zeit vergessen – der letzte Bus ist bereits weg. Dein Wohnort ist 8 km entfernt. Deine Eltern haben gesagt, sie möchten nicht geweckt werden. Du hast noch 5 Franken in der Tasche.

Welche Optionen hast du?

Würdest du versuchen, doch jemanden anzurufen – wenn ja, wen?

Was wären die sichersten und realistischsten Lösungen?



Szenario 2

Ein Freund hat an einer Party Beruhigungstabletten genommen – er meinte, es sei «eh nicht schlimm.» Später hat er noch Bier getrunken. Nun liegt er apathisch auf dem Sofa, reagiert kaum und ist sehr blass. Ihr seid bei jemandem zu Hause, den du kaum kennst – die Eltern sind nicht da. Du hast selbst nichts konsumiert.

Wie schätzt du die Situation ein?

Was sind mögliche Risiken bei Mischkonsum von Medikamenten und Alkohol?

Was tust du konkret – auch wenn andere sagen: «Das wird schon wieder»?

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Arbeitsmaterial



4/11



Szenario 3

Es ist 01:30 Uhr, und ihr habt den Abend am See verbracht. Ein guter Kollege bietet an, dich mit dem Motorrad nach Hause zu bringen. Er hat gekifft – sagt aber, das sei kein Problem, er fahre «eh langsam». Deine beste Freundin findet das cool und überredet dich: «Jetzt mach kein Drama, du vertraust ihm doch!»

Wie reagierst du auf den Druck der Gruppe?

Welche Argumente helfen dir, eine Grenze zu setzen?

Welche sicheren Alternativen findest du – auch spontan?



Szenario 4

Du bist mit drei Leuten an einer abgelegenen Geburtstagsfeier. Plötzlich wird einer der Gäste aggressiv – er hat zu viel getrunken und Drogen konsumiert. Ihr wollt gehen, aber ihr habt keinen Handyempfang, es fährt kein Bus mehr, und ein Anwesender, den du kaum kennst, bietet an, dich mit dem Auto nach Hause zu fahren. Er wirkt fahrig, sagt aber, er habe «nur ein paar Gläser» getrunken.

Was ist hier gefährlich, auch wenn jemand hilfsbereit wirkt?

Welche Lösungen gibt es, wenn du keine digitalen Hilfsmittel zur Verfügung hast?

Wie kannst du dich und andere schützen?

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Arbeitsmaterial



5/11

Entscheidungsfragen – «Was würdest du tun?»



Lies die Situationen und kreuze die Antwort an, die du wählen würdest.

1. Dein Freund hat mehrere Biere getrunken und will jetzt mit dem Velo nach Hause fahren. Was tust du?

- A) Ich überrede ihn, das Velo stehen zu lassen und biete an, mit ihm einen anderen Weg nach Hause zu finden.
- B) Ich gehe einfach selber nach Hause – er ist schliesslich selbst verantwortlich.
- C) Ich lasse ihn fahren. Er ist schon öfter so nach Hause gekommen.

2. Dir wird an einer Party ein Getränk angeboten, das bereits offen ist. Du weisst nicht genau, was drin ist. Wie reagierst du?

- A) Ich lehne das Getränk höflich ab und hole mir selbst eins.
- B) Ich nehme das Getränk – wird schon nichts passieren.
- C) Ich frage, was drin ist, und trinke es, wenn es nur Alkohol ist.

3. Deine Kollegin hat Beruhigungstabletten genommen und trinkt jetzt auch noch Alkohol. Sie wirkt sehr müde. Was machst du?

- A) Ich bleibe bei ihr und hole Hilfe – das kann gefährlich sein.
- B) Ich gehe davon aus, dass sie weiss, was sie tut.
- C) Ich frage sie, ob alles okay ist, und lasse sie dann in Ruhe.

4. Deine Freunde trinken alle Alkohol auf einer Party. Du willst eigentlich nichts trinken. Wie verhältst du dich?

- A) Ich sage ehrlich, dass ich nichts trinken möchte.
- B) Ich trinke trotzdem mit – sonst werde ich ausgeschlossen.
- C) Ich tue so, als ob ich trinke, aber schütte es heimlich weg.

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Arbeitsmaterial



6/11

5. Du hast zu viel getrunken, fühlst dich schlecht und bist allein unterwegs. Was tust du jetzt?

- A) Ich rufe jemanden an, den ich kenne, oder bitte jemanden um Hilfe.
- B) Ich lege mich irgendwo hin und warte, bis es mir besser geht.
- C) Ich versuche, so schnell wie möglich allein nach Hause zu laufen.

6. Dein Freund schlägt vor, nach dem Kiffen noch mit dem Mofa herumzufahren – «nur kurz, macht doch Spass.» Wie reagierst du?

- A) Ich sage klar: «Das ist zu gefährlich – ich fahr nicht mit.»
- B) Ich fahre mit, aber nur eine kleine Runde.
- C) Ich lache mit – passiert schon nichts.

7. Auf einer Party wirkt jemand sehr schläfrig und antwortet kaum noch. Du hörst, dass sie Medikamente und Alkohol genommen hat. Was machst du?

- A) Ich informiere sofort eine erwachsene Person oder hole Hilfe.
- B) Ich lasse sie einfach schlafen – vielleicht ist sie nur müde.
- C) Ich gehe – ich will damit nichts zu tun haben.

8. Du hast dein Handy verloren und stehst spät an einer Bushaltestelle ohne Verbindung. Eine fremde Person bietet dir eine Mitfahrt an. Wie entscheidest du dich?

- A) Ich lehne ab und suche einen belebten Ort, wo ich Hilfe finde.
- B) Ich frage, ob die Person Alkohol getrunken hat, und fahre vielleicht mit.
- C) Ich steige ein – ich will einfach nur nach Hause.

9. Dein Freund ist beleidigt, weil du ihn nicht mit deinem Mofa fahren lässt – obwohl er Alkohol getrunken hat. Wie gehst du damit um?

- A) Ich bleibe freundlich, aber klar: «Ich fahr nicht mit – das ist mir zu gefährlich.»
- B) Ich fahre doch mit – er ist sauer und ich will keinen Streit.
- C) Ich sage ihm gar nichts mehr und laufe einfach weg.

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Arbeitsmaterial



7/11

Meine persönliche Notfallstrategie



Überlege dir, was du konkret tun würdest, wenn du nach dem Konsum von Alkohol, Cannabis oder Medikamenten nicht mehr sicher nach Hause kommst.

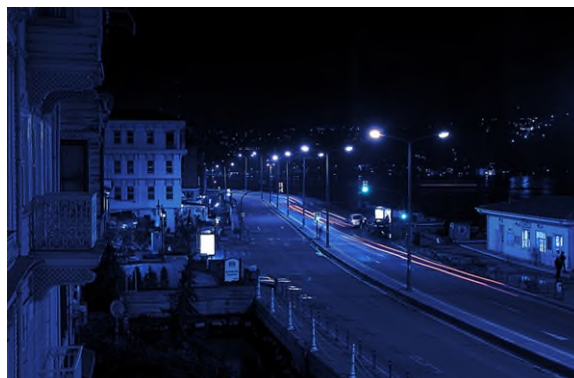
Erstelle deine persönliche Notfallstrategie mit **realistischen Optionen**.

Ziel ist es, dass du am Ende eine kleine, persönliche Strategie zur Hand hast, die dir in schwierigen Situationen helfen kann.

Wen würde ich im Notfall kontaktieren können? (z. B. Eltern, ältere Geschwister, Bezugspersonen)

Welche drei Wege nach Hause würde ich vermeiden, wenn ich konsumiert habe?

Welche sicheren Alternativen kenne ich oder möchte ich mir überlegen? (z. B. Uber, Nachtbus, bei Freund:innen übernachten)



Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Lösungsvorschlag



8/11

Szenarien-Workshop – Was tun im Notfall

Szenario	Zentrale Risiken	Mögliche Handlungsstrategien	Vertiefende Fragen für die Klasse	Hinweise für LP
1 Der letzte Bus	<ul style="list-style-type: none"> - Alkohol im Blut - Kein ÖV - Kein Geld für Taxi - Eltern wollen nicht gestört werden 	<ul style="list-style-type: none"> - Zu Fuss gehen (Vermeiden, wenn man alleine geht und die Umgebung nicht gut kennt oder orientierungslos ist) - Eltern/Kontaktperson doch anrufen - Bei Freund:in Übernachten - Auf Hilfe warten an sicherem Ort 	<p>Was wiegt schwerer: Abmachung mit Eltern oder die Sicherheit?</p> <p>Welche Notfallpläne sind realistisch?</p>	SuS zur Abwägung von Sicherheit vs. Regeln anregen; Thema «Notfallkontakte» vertiefen
2 Mischkonsum	<ul style="list-style-type: none"> - Medikament + Alkohol - Bewusstlosigkeit möglich - Gruppe unterschätzt Situation 	<ul style="list-style-type: none"> - Sofort Hilfe holen (144) - Nicht allein lassen - Stabile Seitenlage - Andere überzeugen, Situation ernst zu nehmen 	<p>Was tun, wenn andere nichts tun?</p> <p>Wie reagierst du, wenn du selbst nicht sicher bist, was passiert ist?</p>	Bezug zu Sucht Schweiz: Gefahr von Mischkonsum besonders betonen (Atmung, Bewusstsein)
3 Gruppendruck	<ul style="list-style-type: none"> - Mofa-Fahrt unter Cannabiseinfluss - Gruppenzwang - Selbstschutz wird infrage gestellt 	<ul style="list-style-type: none"> - Ablehnen, alternative Heimfahrt organisieren - Eltern / Uber / ÖV - Bei Freunden bleiben, anderen Heimweg suchen 	<p>Wie kommuniziere ich Grenzen in der Gruppe?</p> <p>Wie erkenne ich «schlechte» Kompromisse?</p>	Fokus auf soziale Kompetenz: Nein sagen können, ohne auszugrenzen – SuS dürfen eigene Sätze üben
4 Kein Netz, keine Hilfe	<ul style="list-style-type: none"> - Aggressives Verhalten - Mischkonsum bei anderen - Unbekannte Person bietet Fahrt an - Kein Handyempfang 	<ul style="list-style-type: none"> - Situation verlassen – aber nicht mit jemandem, der konsumiert hat - Bleiben, bis Hilfe sicher ist - Bei anderen Gästen Unterschlupf suchen - Nach nächstem erreichbarem Ort fragen 	<p>Wie erkennst du eine gefährliche Dynamik?</p> <p>Wie handelst du in fremder Umgebung mit wenig Infos?</p>	Thema «Vertrauen vs. Vorsicht» ansprechen. Bezug zu Wirkung von Alkohol und Drogen in Konfliktsituationen

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Lösungsvorschlag



9/11

Entscheidungsfragen – «Was würdest du tun?»

1. Freund fährt betrunken Velo

Empfohlen: B

Begründung: Aktives Eingreifen zeigt Verantwortungsbewusstsein, reduziert Unfallrisiken.

Hinweis: Gruppendruck thematisieren – «Was, wenn er trotzdem fährt?»

2. Offenes Getränk

Empfohlen: B

Begründung: Offene Getränke bergen Risiken (unbekannte Inhaltsstoffe).

Hinweis: Thema K.O.-Tropfen / Selbstschutz besprechen.

3. Mischkonsum Medikamente & Alkohol

Empfohlen: A

Begründung: Mischkonsum kann lebensgefährlich sein – rechtzeitig reagieren ist zentral.

Hinweis: Notrufnummern und stabile Seitenlage thematisieren.

4. Gruppendruck beim Alkoholkonsum

Empfohlen: A

Begründung: Eigene Grenzen vertreten stärkt Selbstbewusstsein.

Hinweis: Strategien zum "Nein sagen" in Rollenspielen üben.

5. Zu viel getrunken, allein

Empfohlen: A

Begründung: Hilfe holen ist besser als Risiken allein eingehen.

Hinweis: Notfallkontakte parat haben, realistische Hilfoptionen sammeln.

6. Kiffen & Mofa fahren

Empfohlen: A

Begründung: Fahren unter Einfluss ist verboten und gefährlich.

Hinweis: Aufklärungsarbeit zu Cannabis und Reaktionsfähigkeit.

7. Person apathisch nach Mischkonsum

Empfohlen: A

Begründung: Hinweise auf Überdosis oder Vergiftung – sofort Hilfe holen.

Hinweis: SuS für Symptome sensibilisieren, Verantwortung stärken.

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Lösungsvorschlag



10/11

8. Fremde Person bietet Mitfahrt an

Empfohlen: A

Begründung: Sicherheit geht vor – keine Mitfahrt mit Unbekannten.

Hinweis: Alternativen ohne Handy (z. B. Laden, Personen um Hilfe bitten) besprechen.

9. Freund reagiert beleidigt

Empfohlen: A

Begründung: Grenzen setzen trotz emotionalem Druck ist wichtig.

Hinweis: Gefühle ansprechen, gute Formulierungen sammeln.

Meine persönliche Notfallstrategie

1. Wen würde ich im Notfall kontaktieren können?

Mögliche Antworten: Eltern, Geschwister, Gotte / Götti, Beste Freund:in, Taxiunternehmen oder Notfall-App, Polizei oder Notruf (wenn niemand erreichbar ist)

Hinweis: Nicht alle SuS haben ein stabiles familiäres Umfeld – Raum für individuelle Lösungen geben. Thema Vertrauenspersonen bewusst aufgreifen.

2. Welche drei Wege nach Hause würde ich vermeiden, wenn ich konsumiert habe?

Mögliche Antworten: Mit dem Velo fahren, Selbst bspw. Mofa fahren, Mit einer betrunkenen Person oder Person welche Drogen / Medikamente konsumiert hat mitfahren, Allein im Dunkeln zu Fuss nach Hause gehen, Auf unbekannte Angebote («Ich nehm dich mit») eingehen

Hinweis: Hier geht es um die Reflexion risikoreicher Verhaltensweisen – LP kann SuS unterstützen, alternative Lösungen zu erkennen und zu priorisieren.

3. Welche sicheren Alternativen kenne ich oder möchte ich mir überlegen?

Mögliche Antworten: Bei einer vertrauten Person übernachten, ÖV oder Nachtbus (vorher Verbindung checken!), Taxi oder Fahrdienst organisieren, «Elternvereinbarung»: Ich kann sie jederzeit anrufen, ohne Ärger zu bekommen, Mit Freunden gemeinsam nach Hause gehen

Hinweis: Es lohnt sich, Alternativen auch praktisch zu besprechen (z. B. lokale Nachtbuslinien, Notfall-Apps Vereinbarungen mit Eltern). SuS erarbeiten so realistische Strategien für ihren Alltag.

Be my Angel: <https://www.bemyangel.ch/de/>

Wayguard App: <https://www.axa.de/presse/begleit-app-wayguard-eine-million-mal-eingesetzt/>

Nez Rouge: <https://www.nezrouge.ch/de/Home/Nez-Rouge-Schweiz.html>

Sicher nach Hause: Strategien für Notfälle

Lösungsvorschlag



11/11

Vertiefung im Plenum (fakultativ)

Welche Strategie fühlt sich für dich am sichersten an?

Wer hat etwas gehört, das er/sie selbst auch übernehmen möchte?

Gibt es etwas, das du neu über dich oder dein Verhalten gelernt hast?

Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis

Informationen für Lehrpersonen



1/7

Arbeitsauftrag	<p>Die SuS analysieren zum Einstieg ein bestehendes Präventionsprojekt bzw. eine Präventionskampagne.</p> <p>Die SuS entwickeln ein eigenes Präventionsprojekt und setzen dieses in den Teilschritten Planung, Durchführung und Evaluation um.</p> <p>Die SuS reflektieren ihre eigene Leistung anhand von Selbstevaluationsbögen und geben konstruktives Peer-Feedback zu den Projekten anderer Gruppen.</p>
Ziel	Die SuS entwickeln eigene Ideen zur Prävention von riskantem Substanzkonsum und übernehmen Verantwortung im Umgang mit Freund:innen, die konsumieren. Sie setzen sich mit wirksamer Kommunikation und kreativen Kampagnenformen auseinander.
Material	<p>Arbeitsblätter</p> <p>Präsentation 05a (benötigt Internetverbindung für Videos)</p> <p>Tablet / Laptop</p>
Sozialform	EA - EA / PA
Zeit	90'

- Die Präsentation 05a zu den bestehenden Präventionsprojekten kann über Beamer gezeigt oder digital mit den SuS geteilt werden.

Zusätzliche
Informationen:

- Digitale Tools für interaktive Module:
Kahoot! – <https://kahoot.it/>
LearningApps - <https://learningapps.org/>

Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis

Arbeitsmaterial



2/7

Einstieg – Analyse bestehender Formate



Betrachte die bestehenden Präventionsprojekte und Kampagnen.
Diskutier anschließend zu zweit, wie ihr die einzelnen Kampagnen hinsichtlich ihrer Wirkung einschätzt und bewertet.

Kampagne / Projekt	Einschätzung / Bewertung	Ranking (1 -5)
<p>Beratungsstelle für Unfallprävention bfu Schon ein Glas ist zu viel (Plakatkampagne)</p> <p>Schon ein Glas ist zu viel</p>		
<p>Road Cross Schweiz Die dümmste Party der Welt (drink and drive)</p> <p>Die dümmste Party der Welt</p>		
<p>Aktion Nez Rouge Alkohol und Fahren? Bitte auf Abstand gehen.</p> <p>Bitte auf Abstand gehen</p>		
<p>Am Steuer Nie Rubbelkartenquiz – Cannabis am Steuer</p> <p>Rubbelkartenquiz</p>		
<p>Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BfO, Deutschland) Alkohol? Kenn dein Limit.</p> <p>Alkohol? Kenne dein Limit.</p>		
<p>«Du entscheidest»</p>		

Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis

Arbeitsmaterial



3/7

Eigenes Präventionsprojekt



Gestaltet eine eigene Präventionskampagne rund um das Thema «Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr».
Zum Projekt gehören die Teilschritte «Planung», «Durchführung» und «Evaluation».

Planung



Guten Tag!
Um Verkehrsunfälle in Zusammenhang mit Alkohol und Substanzen zu reduzieren, suchen wir kreative und vielversprechende Präventionskampagnen.
Hast du eine Idee, die helfen könnte?
Im Folgenden findest du einige unserer gesammelten Vorschläge als Inspiration.
Vielen Dank und viel Erfolg! 😊

Wähle einen der untenstehenden Vorschläge aus oder notiere eigene Ideen für die Umsetzung einer Präventionskampagne.

Plakat

Ziel: Ein Plakat, das auf einfache, eindruckliche Weise über die Gefahren von Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr informiert.

Umsetzung:

Gestaltung eines Plakates mit einer klaren Botschaft. Dabei sollen Emotionen, kurze Texte, Fakten oder eine erfundene Geschichte eingesetzt werden.



Kurzfilm oder Stop-Motion-Video

Ziel: Ein kurzer Film, der zeigt, was passieren kann, wenn jemand berauscht, unterwegs ist – oder wie man sich richtig verhält.

Umsetzung:

Entwicklung einer kurzen Geschichte und Umsetzung als Video. Möglich sind Spielszenen, Stop-Motion mit Figuren oder Zeichnungen, Interviews oder Erklärvideos.



Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis

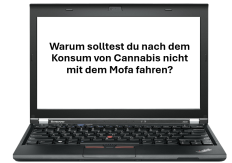
Arbeitsmaterial



4/7

Quiz oder Spiel erstellen

Ziel: Ein Quiz oder Spiel, das spielerisch Wissen über Substanzen und Verkehrssicherheit vermittelt.



Umsetzung:

Entwicklung eines digitalen oder analogen Quiz mit Fragen zu Alkohol, Drogen und deren Wirkung im Strassenverkehr – z. B. mit Kahoot, LearningApps oder als Klassenspiel mit Karten oder Stationen.

Mini-Workshop oder Präsentation vorbereiten

Ziel: Ein kurzer Workshop oder Input, der anderen Jugendlichen verständlich erklärt, warum Alkohol und Drogen im Strassenverkehr gefährlich sind.



Umsetzung: Planung einer Mini-Lektion mit einfachen Aktivitäten: Quiz, Rollenspiel, kurze Präsentation oder Diskussionsfragen. Durchführung in einer anderen Klasse oder in der eigenen Gruppe.

Info-Wand oder Ausstellung gestalten

Ziel: Eine interaktive Wandzeitung oder kleine Ausstellung, die Mitschüler:innen informiert und zum Nachdenken anregt.



Umsetzung:

Zusammentragen von Infos, Bildern, Aussagen und eigenen Ideen. Gestaltung einer Wand oder Ecke im Schulhaus mit Plakaten, QR-Codes, Umfragen oder Mitmach-Elementen.



Weitere, eigene Ideen?

Notiere deine Überlegungen, Ziele, mögliche Umsetzungsformen und besprich diese mit deiner Lehrperson.

Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis

Arbeitsmaterial



5/7

Durchführung



Für die Durchführung Ihres Projektes steht euch unten eine Checkliste zur Verfügung.
Diese kann mit eigenen Punkten ergänzt werden.

Thema	
Zeitplan / Ablauf	
Aufgabenverteilung Zuständigkeiten	
Material Ort	

Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis

Arbeitsmaterial



6/7

Evaluation



Nach der Durchführung solltet ihr euer Projekt auswerten:
Habt ihr eure Ziele erreicht? Was hat gut geklappt, was weniger? Holt euch auch Feedback von einer Drittperson
 – so könnt ihr eure Arbeit besser einschätzen und daraus lernen.

Selbsteinschätzung

Kriterium	Bewertung (1 – 5)	Begründung / Bemerkung
Ich habe meine Ziele erreicht		
Unsere Inhalte waren gut verständlich		
Wir waren kreativ und hatten gute Ideen		
Wir haben gut zusammengearbeitet		
Wir haben unsere Zeit gut genutzt		
Ich habe etwas Neues dazugelernt.		

Feedback von anderen (Peer-Feedback)

Kriterium	Bewertung (1 – 5)	Begründung / Kommentar
Klar und verständlich		
Spannend und kreativ		
Inhaltliche Genauigkeit		
Zielgruppenansprache		
Wirkung und Überzeugungskraft		
Gesamteindruck		

Präventionskampagnen und Verantwortung im Freundeskreis

Arbeitsmaterial



7/7

Abschlussreflexion

Was habe ich durch das Projekt gelernt?

.....

.....

.....

Was hat besonders gut funktioniert?

.....

.....

.....

Was würde ich beim nächsten Mal anders machen?

.....

.....

.....

Wie kann man Jugendliche gut über Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr aufklären?

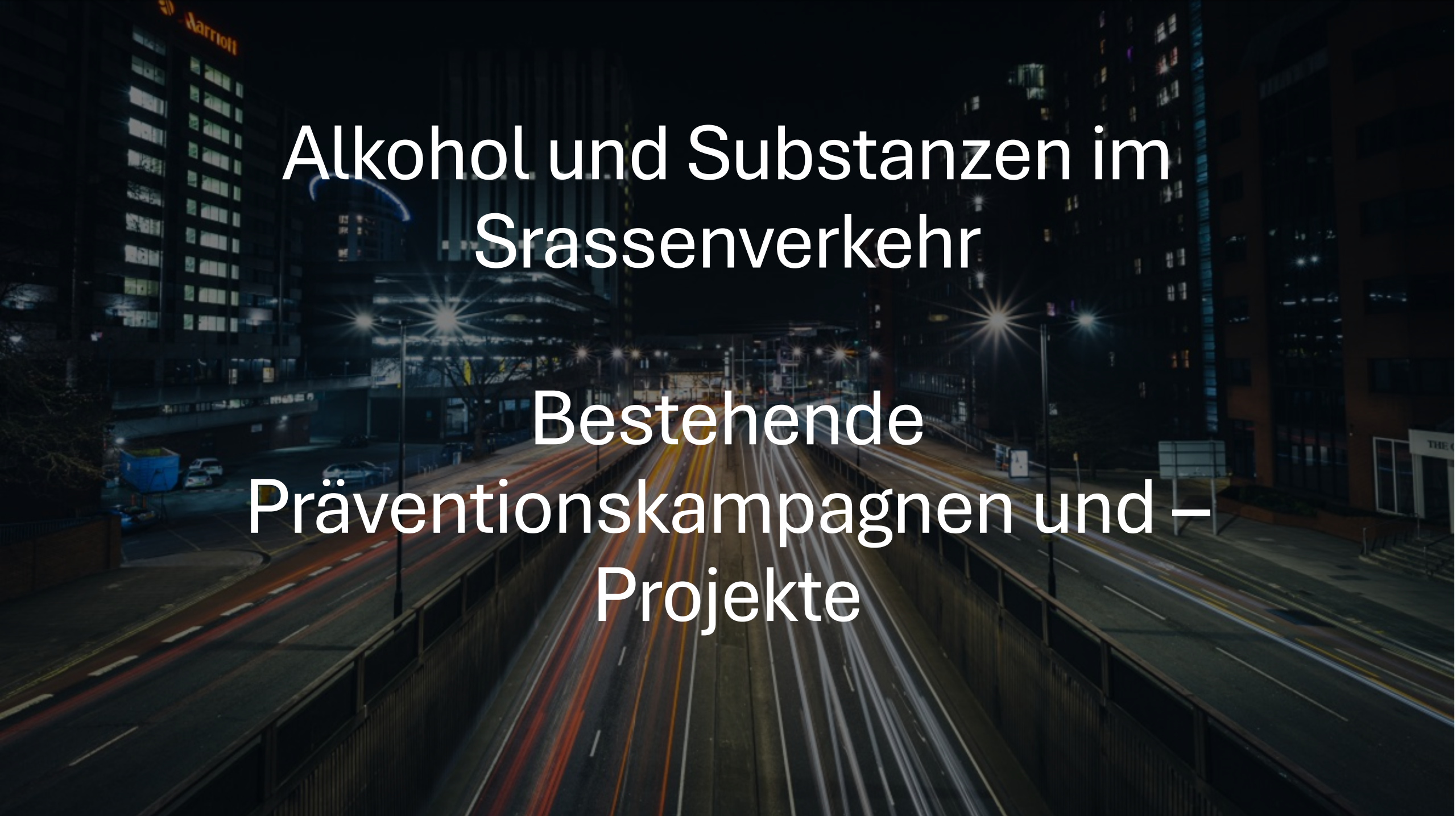
.....

.....

.....

.....

.....

A nighttime photograph of a city street, likely a highway or bridge, with long-exposure light trails from vehicles. In the background, a Marriott hotel is visible on the left, and other city buildings are illuminated. The scene is dark, with streetlights and building lights providing the primary illumination.

Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr

Bestehende Präventionskampagnen und – Projekte



Beratungsstelle für Unfallprävention bfu

Schon ein Glas ist zu viel (Plakatkampagne)





Road Cross Schweiz

Die dümmste Party der Welt (drink and drive)





Aktion Nez Rouge

Alkohol und Fahren? Bitte auf Abstand gehen.



Medikamente und Autofahren?



Bitte auch hier Abstand halten!



UNTERSTÜTZT VON
PLANZER
Eine Präventionskampagne von Nez Rouge.



Alkohol und Autofahren?



Bitte auch hier Abstand halten!



UNTERSTÜTZT VON
PLANZER
Eine Präventionskampagne von Nez Rouge.



Am Steuer Nie Rubbelkartenquiz – Cannabis am Steuer

Cannabis-Quiz

1 Welche gesetzliche
Regelung gilt für Cannabis
im Strassenverkehr?

- ☐ Es gibt noch keine gesetzliche Regelung.
- ☐ Maximal ein Joint pro 12 Stunden.
- ☐ Null-Toleranz.

2 Wenn man Cannabis raucht,
wirkt es einige Stunden. Sobald der Rausch
abgeklungen ist, darfst du wieder fahren.

- ☐ Stimmt.
- ☐ Nein, du musst 12 Stunden warten.
- ☐ Nein, du musst mindestens 72 Stunden warten.

3 Wie lange musst du deinen
Fahrausweis abgeben, wenn du ein Fahrzeug
unter dem Einfluss von Cannabis geführt hast?

- ☐ mindestens 1 Monat
- ☐ mindestens 3 Monate
- ☐ maximal 3 Monate

4 Warum solltest
du nach dem Konsum von Cannabis
genug lange warten, bis du wieder
fährst?

- ☐ Weil der nicht gleichmässige Abbauprozess von THC unberechenbar ist.
- ☐ Weil die Gesetzgeber Kiffer für gefährlich halten.
- ☐ Weil immer 48 Stunden nach Konsum erneut THC freigesetzt wird.

5 Du verursachst mit Cannabis
einen Totalschaden an einem Fremd-
fahrzeug. Wie muss deine Haftpflichtver-
sicherung reagieren?

- ☐ Sie muss den kompletten Schaden am Fremdfahrzeug decken (Couverture).
- ☐ Sie muss den Schaden decken und fordert von dir einen Teil der Kosten zurück (Regress).
- ☐ Sie kann selbst entscheiden, wie sie reagieren will (Bénévol).

6 Du bist zu Fuss
unterwegs und wirst von der Polizei
angesprochen. Bei der Befragung gibst
du an, regelmässig zu kiffen. Kann
man dir den Fahrausweis wegnehmen?

- ☐ Ja, aber nur, wenn eine klare Fahrabsicht erkennbar ist.
- ☐ Ja.
- ☐ Nein.

7 Darfst du vor
dem Fahren CBD-Produkte
konsumieren?

- ☐ CBD ist im Strassenverkehrsgesetz als verbotene Substanz aufgeführt.
- ☐ Da gibt es keine Bedenken.
- ☐ Die beruhigende Wirkung von CBD kann die Fahrfähigkeit beeinträchtigen.



Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BfÖG, Deutschland)

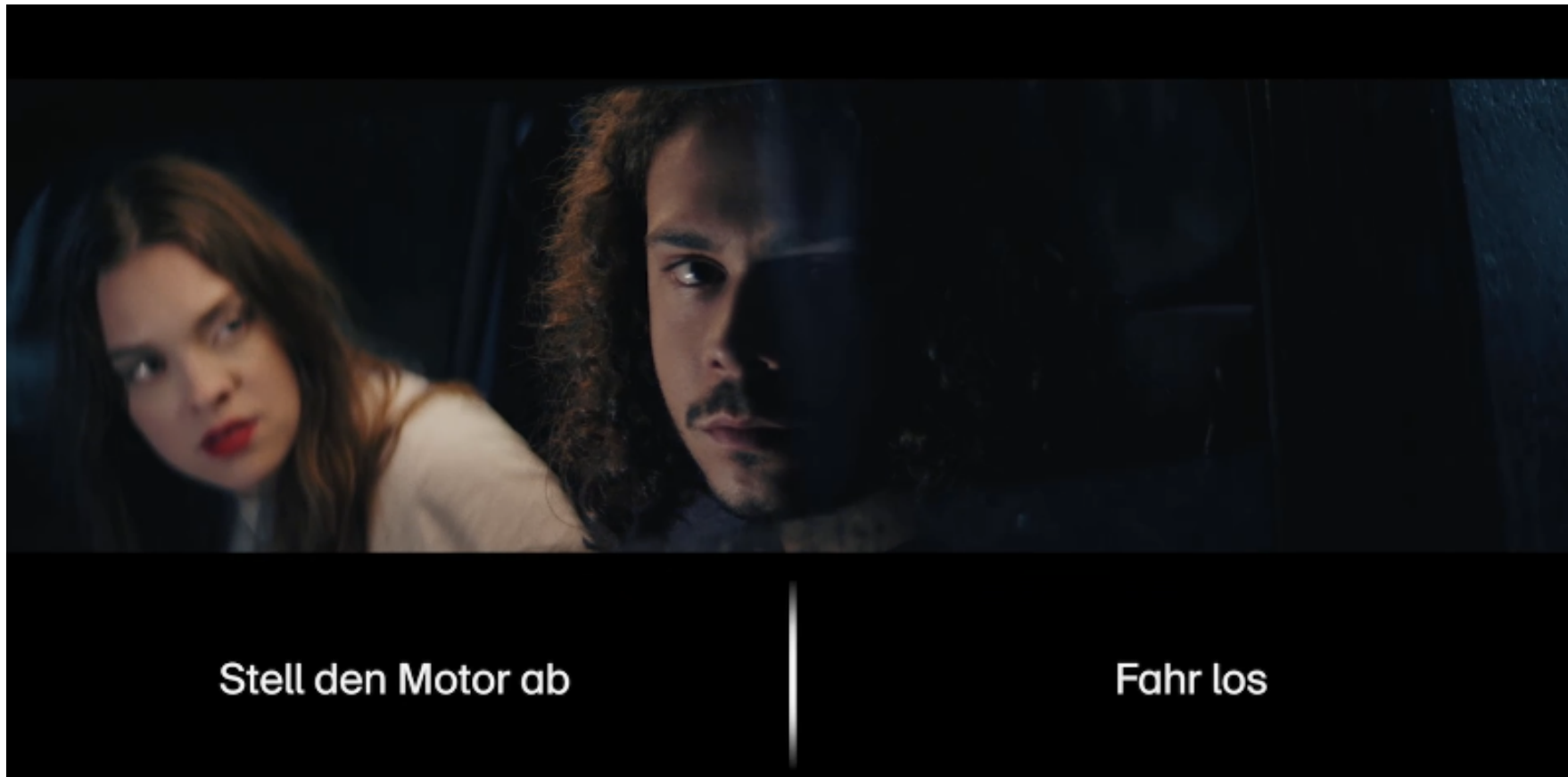
Alkohol? Kenn dein Limit.





BFU

«Du entscheidest»



Lernkontrolle

Informationen für Lehrpersonen



1/9

Arbeitsauftrag	<p>Die SuS bearbeiten die Lernkontrolle und wenden ihr Wissen und die erworbenen Kompetenzen an.</p> <p>Die Lernkontrolle kann analog oder digital bearbeitet werden.</p>
Ziel	Die SuS können das Gelernte aktiv anwenden und ihren Wissenstand überprüfen.
Material	<p>Arbeitsblätter (analoger Test)</p> <p>PC / Tablet / Laptop für digitalen eTest</p> <p>Lösungsvorschläge</p>
Sozialform	EA / PA / Plenum
Zeit	90'

Zusätzliche
Informationen:

- Direktlink zu eTest: <https://kikcom-lernzenter-3.ispringlearn.com/app/preview/4a8bfc04-5276-11f0-a9b0-c6b8219c7e4d>
- Alle eTest und eLearning-Formate von kiknet finden Sie auch auf dem kiknet-Learnhub (www.kiknet-learnhub.com).



Lernkontrolle – Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr



Nachdem du die Module rund um Alkohol und Substanzen im Strassenverkehr bearbeitet hast, kannst du deinen Wissens- und Kompetenzzuwachs mit den nachfolgenden Aufgaben überprüfen.

1. Multiple-Choice

Kreuze jeweils die richtige(n) Aussage(n) an.

Welche Aussage zur Wirkung von Alkohol auf die Fahrtüchtigkeit ist korrekt?

- A) Alkohol erhöht die Konzentration.
- B) Bei Dunkelheit kann durch Alkohol die Sehschärfe verbessert werden.
- C) Alkohol verlangsamt die Reaktionszeit.
- D) Ähnlich wie Kaffee hat Alkohol eine aufputschende Wirkung.
- E) In kleinen Mengen ist Alkohol vor einer Fahrt bedenkenlos.

Du bist auf einer Party und dein Freund hat Alkohol getrunken. Er will dich mit dem Motorroller nach Hause fahren. Was tust du?

- A) Ich überrede ihn, den Motorroller stehen zu lassen.
- B) Ich fahre trotzdem mit – ist ja nur ein Motorroller und kein Auto.
- C) Ich lasse ihn alleine nach Hause fahren, er ist alleine für seine Fahrtüchtigkeit verantwortlich.

Was passiert, wenn jemand unter Substanzeeinfluss Auto fährt?

- A) Nichts – solange man sich gut fühlt.
- B) Man reagiert schneller.
- C) Die Reaktionszeit verlängert sich.
- D) Man sieht besser im Dunkeln.

Du bekommst an einer Party ein offenes Getränk von jemandem, den du kaum kennst. Was tust du?

- A) Ich nehme es trotzdem.
- B) Ich lehne höflich ab.
- C) Ich trinke es nur, wenn es Alkohol enthält.
- D) Wenn ich sicher bin, dass es alkoholfrei ist, kann ich es bedenkenlos trinken.

Welche Substanz beeinträchtigt das Kurzzeitgedächtnis besonders stark?

- A) Alkohol
- B) Cannabis
- C) Koffein
- D) Wasser

Lernkontrolle

Arbeitsmaterial



3/9

Welche Konsequenz droht bei Fahren unter Drogeneinfluss in der Schweiz?

- A) Fahrverbot für eine Woche
- B) Geldstrafe und Verwarnung
- C) Sofortiger Führerscheinentzug und Strafverfahren
- D) Keine, solange man keinen Unfall verursacht.

Was beeinflusst die Fahrtüchtigkeit besonders stark?

- A) Durst
- B) Musik hören
- C) Müdigkeit durch Medikamente
- D) Kälte

Welche Kombination ist besonders gefährlich im Strassenverkehr?

- A) Wasser und Kaugummi
- B) Alkohol und Medikamente
- C) Vitamin C und Schokolade
- D) Tee und Musik

Welche Aussage ist korrekt?

- A) Alkohol beeinflusst nur Autofahrende.
- B) Alkohol hat keine Auswirkung auf das Gleichgewicht.
- C) Auch E-Scooter dürfen nicht unter Alkoholeinfluss gefahren werden.
- D) Die Wirkung von Alkohol hängt nicht vom Geschlecht ab.

2. Zuordnung

Ordne den Effekten von Alkohol die passenden Folgen im Strassenverkehr zu.

Tunnelblick
Überschätzung der eigenen Fähigkeiten
Gestörtes Gleichgewicht
Verlangsamte Reaktionszeit
Eingeschränktes Hörvermögen
Eingeschränktes Sehvermögen
Emotionale Enthemmung

Aggressives Fahrverhalten
Reaktionen auf Seitenverkehr bleiben aus
riskante Überholmanöver
Akustische Signale werden nicht wahrgenommen
Zu spätes Bremsen bei plötzlichen Hindernissen
Falsches Einschätzen von Abständen und Distanzen.
Schlangenlinien fahren

Lernkontrolle

Arbeitsmaterial



4/9

3. Richtig / Falsch

Kreuze jeweils die korrekte Box (richtig / falsch) an und verfasse eine kurze Begründung oder einen Korrekturvorschlag.

Cannabis hat keine Auswirkung auf die Fahrtüchtigkeit.

☐ richtig ☐ falsch

Begründung / Korrektur:

.....

Alkohol kann schon in kleinen Mengen die Fahrfähigkeit beeinträchtigen.

☐ richtig ☐ falsch

Begründung / Korrektur:

.....

Medikamente ohne Rezept sind immer ungefährlich beim Fahren.

☐ richtig ☐ falsch

Begründung / Korrektur:

.....

Auch Velofahren unter Einfluss von Alkohol ist gefährlich.

☐ richtig ☐ falsch

Begründung / Korrektur:

.....

Wer müde ist, fährt sicherer, wenn er Kaffee trinkt.

☐ richtig ☐ falsch

Begründung / Korrektur:

.....

Beim Fahren mit e-Rollern oder e-Scootern gelten die Alkoholgrenzwerte für Automobilisten nicht.

☐ richtig ☐ falsch

Begründung / Korrektur:

.....

Als Beifahrer/in bin ich nicht dafür verantwortlich, dass die fahrende Person auch fahrtüchtig ist.

☐ richtig ☐ falsch

Begründung / Korrektur:

.....

Lernkontrolle

Arbeitsmaterial



5/9

4. Was gehört in welche Kategorie?

Setze ein Kreuz pro Begriff bei der Kategorie, die am besten passt.

Begriffe	Ursache	Kurzfristige Folgen	Langfristige Folgen	Gesellschaftliche Konsequenzen
Gruppenzwang				
Eingeschränkte Reaktionsfähigkeit				
Verlust des Führerscheins				
Erhöhte Versicherungsbeiträge				
Steigende Unfallstatistiken				
Einschränkungen im Berufsleben				
Körperliche Langzeitschäden				
Hohe Kosten für Rettungsdienste				
Alkoholkonsum als Stressbewältigung				
Einschränkung der persönlichen Freiheit				

5. Lückentexte

Alkohol, Cannabis und bestimmte Medikamente können die _____, das _____ und die _____ negativ beeinflussen.

Bereits kleine Mengen Alkohol können zu einer eingeschränkten _____ führen. Das _____ wird enger und die _____ verlängert sich.

Der Mischkonsum von _____ und _____ ist besonders gefährlich, weil die Wirkung sich gegenseitig _____.

Einzusetzende Wörter:

Wahrnehmung
Reaktionsvermögen
Alkohol

Koordination
verstärkt
Medikamenten

Reaktionszeit
Sichtfeld
Wahrnehmung



Lösungsvorschlag

1. Multiple-Choice

Welche Aussage zur Wirkung von Alkohol auf die Fahrtüchtigkeit ist korrekt?

- A) Alkohol erhöht die Konzentration.
- B) Bei Dunkelheit kann durch Alkohol die Sehschärfe verbessert werden.
- C) Alkohol verlangsamt die Reaktionszeit.**
- D) Ähnlich wie Kaffee hat Alkohol eine aufputschende Wirkung.
- E) In kleinen Mengen ist Alkohol vor einer Fahrt bedenkenlos.

Du bist auf einer Party und dein Freund hat Alkohol getrunken. Er will dich mit dem Motorroller nach Hause fahren. Was tust du?

- A) Ich überrede ihn, den Motorroller stehen zu lassen.**
- B) Ich fahre trotzdem mit – ist ja nur ein Motorroller und kein Auto.
- C) Ich lasse ihn alleine nach Hause fahren, er ist alleine für seine Fahrtüchtigkeit verantwortlich.

Was passiert, wenn jemand unter Substanzeinfluss Auto fährt?

- A) Nichts – solange man sich gut fühlt.
- B) Man reagiert schneller.
- C) Die Reaktionszeit verlängert sich.**
- D) Man sieht besser im Dunkeln.

Du bekommst an einer Party ein offenes Getränk von jemandem, den du kaum kennst. Was tust du?

- A) Ich nehme es trotzdem.
- B) Ich lehne höflich ab.**
- C) Ich trinke es nur, wenn es Alkohol enthält.
- D) Wenn ich sicher bin, dass es alkoholfrei ist, kann ich es bedenkenlos trinken.

Welche Substanz beeinträchtigt das Kurzzeitgedächtnis besonders stark?

- A) Alkohol
- B) Cannabis**
- C) Koffein
- D) Wasser

Welche Konsequenz droht bei Fahren unter Drogeneinfluss in der Schweiz?

- A) Fahrverbot für eine Woche
- B) Geldstrafe und Verwarnung
- C) Sofortiger Führerscheinentzug und Strafverfahren**
- D) Keine, solange man keinen Unfall verursacht.

Lernkontrolle

Lösungsvorschlag



7/9

Was beeinflusst die Fahrtüchtigkeit besonders stark?

- A) Durst
- B) Musik hören
- C) Müdigkeit durch Medikamente**
- D) Kälte

Welche Kombination ist besonders gefährlich im Strassenverkehr?

- A) Wasser und Kaugummi
- B) Alkohol und Medikamente**
- C) Vitamin C und Schokolade
- D) Tee und Musik

Welche Aussage ist korrekt?

- A) Alkohol beeinflusst nur Autofahrende.
- B) Alkohol hat keine Auswirkung auf das Gleichgewicht.
- C) Auch E-Scooter dürfen nicht unter Alkoholeinfluss gefahren werden.**
- D) Die Wirkung von Alkohol hängt nicht vom Geschlecht ab.

2. Zuordnung

Tunnelblick	Reaktionen auf Seitenverkehr bleiben aus
Überschätzung der eigenen Fähigkeiten	riskante Überholmanöver
Gestörtes Gleichgewicht	Schlangenlinien fahren
Verlangsamte Reaktionszeit	Zu spätes Bremsen bei plötzlichen Hindernissen
Eingeschränktes Hörvermögen	Akustische Signale werden nicht wahrgenommen
Eingeschränktes Sehvermögen	Falsches Einschätzen von Abständen und Distanzen
Emotionale Enthemmung	Aggressives Fahrverhalten



3. Richtig / Falsch

Cannabis hat keine Auswirkung auf die Fahrtüchtigkeit.

☐ richtig ☒ **falsch**

Cannabis beeinträchtigt Reaktionszeit, Konzentration und Koordination – es kann das Unfallrisiko deutlich erhöhen.

Alkohol kann schon in kleinen Mengen die Fahrfähigkeit beeinträchtigen.

☒ **richtig** ☐ falsch

Bereits ab 0.2 Promille sind Reaktionszeit und Urteilsvermögen messbar beeinträchtigt.

Medikamente ohne Rezept sind immer ungefährlich beim Fahren.

☐ richtig ☒ **falsch**

Auch rezeptfreie Medikamente (z. B. gegen Erkältung oder Allergien) können müde machen oder die Wahrnehmung beeinträchtigen.

Auch Velofahren unter Einfluss von Alkohol ist gefährlich.

☒ **richtig** ☐ falsch

Alkohol beeinträchtigt Gleichgewicht, Reaktionszeit und Sicht – auch auf dem Velo kann es zu schweren Unfällen kommen.

Wer müde ist, fährt sicherer, wenn er Kaffee trinkt.

☐ richtig ☒ **falsch**

Kaffee kann kurzzeitig wach machen, ersetzt aber keinen Schlaf. Sekundenschlaf bleibt eine grosse Gefahr.

Beim Fahren mit e-Rollern oder e-Scootern gelten die Alkoholgrenzwerte für Automobilisten nicht.

☐ richtig ☒ **falsch**

Für e-Scooter gelten in der Schweiz dieselben Promillegrenzen wie für Autofahrer – inklusive Strafen.

Als Beifahrer/in bin ich nicht dafür verantwortlich, dass die fahrende Person auch fahrtüchtig ist.

☐ richtig ☒ **falsch**

Beifahrer:innen tragen Mitverantwortung – wer jemand betrunken oder berauscht fahren lässt, kann mitschuldig werden (z. B. wegen unterlassener Hilfeleistung).

Lernkontrolle

Lösungsvorschlag



9/9

4. Was gehört in welche Kategorie?

Begriffe	Ursache	Kurzfristige Folgen	Langfristige Folgen	Gesellschaftliche Konsequenzen
Gruppenzwang	X			X
Eingeschränkte Reaktionsfähigkeit		X		
Verlust des Führerscheins		X	X	
Erhöhte Versicherungsbeiträge		X	X	
Steigende Unfallstatistiken		X	X	
Einschränkungen im Berufsleben			X	X
Körperliche Langzeitschäden			X	
Hohe Kosten für Rettungsdienste			X	X
Alkoholkonsum als Stressbewältigung	X		X	
Einschränkung der persönlichen Freiheit			X	X

5. Lückentexte

Alkohol, Cannabis und bestimmte Medikamente können die **Wahrnehmung**, das **Reaktionsvermögen** und die **Koordination** negativ beeinflussen.

Bereits kleine Mengen Alkohol können zu einer eingeschränkten **Wahrnehmung** führen. Das **Sichtfeld** wird enger und die **Reaktionszeit** verlängert sich.

Der Mischkonsum von **Medikamenten** und **Alkohol** ist besonders gefährlich, weil die Wirkung sich gegenseitig **verstärken**.

Digitale Lernkontrolle (eTest)

<https://kikcom-lernzenter-3.ispringlearn.com/app/preview/4a8bfc04-5276-11f0-a9b0-c6b8219c7e4d>